



**Prepariamoci alla festa di San Benedetto il Moro**  
(Mercoledì 22 luglio 2026)

## **LA VITA IN CONVENTO E IL SERVIZIO DI CUOCO** **“Gustate e vedete quanto è buono il Signore”**

Ritornello dell'inno: **Accogli, o Benedetto, la lode e la preghiera  
di chi t'invoca e spera il tuo fraterno amor.** (3 volte)

### **PREGHIERA INIZIALE** *(insieme)*

Signore Gesù,  
tu ci hai ricordato che l'uomo non vive di solo pane,  
ma di ogni parola che esce dalla tua bocca.  
Guarda il nostro cuore assetato di Te!  
Per intercessione di San Benedetto il Moro,  
che ha saputo unire la preghiera alla fatica quotidiana  
e il servizio ai fratelli alla contemplazione del tuo volto,  
insegnaci a trasformare ogni gesto della nostra giornata  
in un'offerta gradita a te.  
Glorioso San Benedetto, umile cuoco e contemplativo,  
guidaci a gustare la dolcezza della presenza del Signore  
in ogni circostanza della nostra vita. Amen.

---

### **In ascolto della Parola**

#### **1L. Dal Libro dei Salmi** (34,2-9)

Benedirò il Signore in ogni tempo,  
sulla mia bocca sempre la sua lode.  
Io mi glorio nel Signore:  
i poveri ascoltino e si rallegriano.  
Magnificate con me il Signore,  
esaltiamo insieme il suo nome.  
Ho cercato il Signore: mi ha risposto  
e da ogni mia paura mi ha liberato.

Guardate a lui e sarete raggianti,  
i vostri volti non dovranno arrossire.  
Questo povero gridò e il Signore lo ascoltò,  
lo liberò da tutte le sue angosce.  
Gustate e vedete quanto è buono il Signore:  
beato l'uomo che in lui si rifugia. Parola di Dio.  
**Rendiamo grazie a Dio.**

*(breve momento di silenzio)*

---

### **In ascolto della vita del Santo**

#### **1. L'approdo a Santa Maria di Gesù**

**2L.** Dopo l'esperienza sul Monte Pellegrino, Benedetto visse un momento cruciale. Nel 1562 la comunità di Girolamo Lanza fu sciolta. Benedetto si recò in Cattedrale a Palermo e, pregando davanti all'altare di Maria Libera Inferni, cadde in estasi tre volte. La Madonna gli indicò di abbracciare l'Ordine dei Frati Minori Osservanti. Così entrò nel Convento di Santa Maria di Gesù, dove rimarrà fino alla morte. Qui inizia una nuova fase: Benedetto non fugge più dal mondo, ma vive in comunità, accanto ai confratelli. La sua santità non è più 'solitaria', ma si esprime nel servizio quotidiano ai fratelli.

#### **2. Il servizio nascosto: il cuoco**

**3L.** I superiori affidarono a Benedetto la cucina del convento, quasi per tutto il resto della sua vita. Benedetto non era sacerdote, ma fratello laico: il suo ministero era servire i fratelli. In cucina, Benedetto univa due dimensioni apparentemente opposte: la contemplazione e il lavoro. Era un uomo di penitenze e digiuni, ma non obbligava nessuno. Preparava buone pietanze per i confratelli e insegnava a non sprecare nulla. *"Non buttate nulla, è sangue dei poveri!"* - diceva. E un giorno, vedendo gli avanzi, vi immerse le mani e, stringendoli nel pugno, gridò: *"È sangue dei poveri!"*. In quell'istante, dagli avanzi cominciò a grondare sangue.

### 3. Cucinare e contemplare allo stesso tempo

**4L.** Uno degli episodi più significativi riguarda il Natale, quando Don Diego D'Ahedo, Grande Inquisitore del Regno, giunse al convento con una carrozza piena di viveri. Tutti pensarono: *"E adesso come se la caverà Benedetto?"*. Lui non batté ciglio e passò la notte in contemplazione. Durante la Messa dell'aurora, ricevuta la Santa Comunione, si nascose dietro l'altare maggiore e si dimenticò dei cibi e dei 100 frati che dovevano mangiare. Verso mezzogiorno lo ridestarono. Benedetto si diresse in cucina ma anche lì si mise in ginocchio per pregare. Lo strattonarono e lui, ormai sveglio, disse: *"Date con la campana il segno del pranzo, tutto è pronto"*. Apparvero allora due giovani vestiti di bianco (due angeli) che cominciarono a preparare i cibi. In pochi attimi il pranzo fu pronto.

### 4. I miracoli in cucina

**5L.** I miracoli in cucina erano numerosi: un pezzo di carne cuoceva in tre secondi; il pesce appariva dal nulla; il cibo bastava per tutti, frati, operai e poveri che bussavano alla porta. Ma il vero miracolo era la capacità di Benedetto di vedere in ogni gesto quotidiano un'occasione di incontro con Dio. Il suo servizio non era solo materiale: era anche cuoco dell'anima. Attraverso la sua preghiera, i confratelli e i poveri sperimentavano la presenza di Dio. Benedetto insegnava che anche il gesto più umile, se fatto con amore, diventa preghiera.

### 5. L'umiltà del servizio

**6L.** Nonostante la fama, Benedetto continuava a intrecciare canestri, legare scope, zappare l'orto, pulire i corridoi, lavare piatti, spaccare legna. Si prendeva cura degli ammalati, soccorreva i poveri, usciva anche di notte per portare conforto. I potenti lo cercavano per consigli, ma lui rimaneva sempre l'umile figlio di schiavi, nero e analfabeta. Quando fu eletto superiore del convento, tentò di rifiutare adducendo la sua ignoranza, ma accettò per obbedienza. Per tre anni, al suo lavoro di cucina e servizio, aggiunse anche la guida dei fratelli.

*(Riflessione di p. Enzo)*

*Venerazione personale delle Sacre Reliquie.*

### **PREGHIERA FINALE** *(insieme)*

O amabilissimo San Benedetto, umile cuoco del Signore,  
che in ogni piatto preparato e in ogni pasto condiviso  
hai saputo vedere un'occasione per amare,  
insegnaci a servire i nostri fratelli con gioia e umiltà.  
Donaci il tuo spirito di contemplazione  
anche nelle incombenze più semplici della giornata.  
Aiutaci a non sprecare ciò che Dio ci dona,  
ma a saper piuttosto condividere con i poveri il pane che riceviamo.  
Tu che hai saputo trasformare il lavoro in preghiera,  
guidaci a vivere ogni momento come dono e come offerta.  
Intercedi per noi perché, come te, possiamo essere sempre lieti nel servire i fratelli.

*Benedizione finale con le Sacre Reliquie.*

Ritornello dell'inno: **Accogli, o Benedetto, la lode e la preghiera  
di chi t'invoca e spera il tuo fraterno amor.** (3 volte)

---

**Se vuoi tenerti informato su tutte le attività della Parrocchia  
inquadra il codice QR e segui il canale WhatsApp**

